

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“IMPLEMENTASI PEMBELAJARAN PROBLEM BASED LEARNING (PBL) TERHADAP PENGUASAAN KETERAMPILAN BERENANG GAYA BEBAS DAN GAYA DADA PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS”**. Beserta seluruh isinya benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko ataupun sanksi yang dijatukan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim dari pihak lain terhadap karya saya ini.

Bandung, Februari 2017

Penulis

Rony Gumelar

NIM. 1206475

KATA PENGANTAR

Segala Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, dan Shalawat beserta salam selalu dilimpahkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW, bahwasanya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang merupakan tugas akhir untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi FPOK UPI Bandung.

Skripsi ini berjudul **“Implementasi pembelajaran Problem Based Learning (PBL) Terhadap Penguasaan Keterampilan Berenang gaya Bebas dan Gaya Dada Pada Siswa Sekolah Menengah Atas”**. Maksud penelitian ini adalah untuk memaparkan tentang pengaruh penerapan pembelajaran terhadap upaya penguasaan keterampilan gerak dasar renang gaya bebas dan gaya dada. Akhir kata dengan segala kerendahan hati penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kriteria penelitian yang sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang sifatnya membangun penulis sangat harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan umumnya bagi pembaca serta peneliti selanjutnya.

Bandung, Februari 2017

Rony Gumelar

1206475

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini penulis banyak menemui hambatan-hambatan, namun berkat rahmat serta karunia Allah SWT serta bantuan semua pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, dalam kesempatan yang baik ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak membantu dalam proses penyusunan skripsi ini, yaitu :

1. Prof. Dr. H. Adang Suherman, MA selaku Dekan FPOK periode 2016 s/d 2020 yang telah menjadi bapak bagi mahasiswa FPOK dan memberikan bimbingan dan ilmu yang bermanfaat.
2. Dr. Eka Nugraha, M. Kes. AIFO selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga sekaligus sebagai Dosen Pembimbing skripsi. Terima kasih telah menyediakan waktu luang ditengah kesibukan beliau, terus memberikan petunjuk serta masukan yang berharga untuk membimbing kelancaran penyelesaian skripsi penulis, dan menjadikan penulis memahami kata pejuang dalam penyelesaian skripsi ini, semoga selalu diberikan kelancaran serta kemudahan dalam studi dan kehidupan beliau, Aamiin Allahumma Aamiin.
3. Dr. Bambang Abduljabar, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi terima kasih atas izin dan rekomendasinya kepada penulis selama menjalani studi di Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.
4. Bapak Suherman Slamet, M.Pd sebagai Dosen Pembimbing Akademik yang telah banyak membantu dalam proses perkuliahan penulis sejak pertama perkuliahan sampai masa akhir perkuliahan. Terima kasih telah sabar untuk selalu membimbing penulis selama ini.
5. Staf Dosen dan Asisten Dosen FPOK UPI yang telah membekali ilmu dan pengetahuan kepada penulis selama mengikuti studi.

6. Bapak Drs. Iwan Setiawan selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 18 Bandung yang telah memberikan ijin dan rekomendasinya dalam melaksanakan penelitian.
7. Bapak Jajang Sonjaya, S.Pd selaku guru mata pelajaran PJOK SMA Negeri 18 Bandung yang telah memberikan dorongan dan bimbingan saat penulis melakukan PLL dan penelitian di SMAN 18 Bandung.
8. Siswa-siswi SMA Negeri 18 Bandung, khususnya kelas X MIPA 3 terima kasih atas waktu dan kesediaannya untuk menjadi subjek dalam penelitian skripsi ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas segala bantuan dan kerjasamanya.

Akhir kata semoga dengan segala kebaikan dan bantuan dari semua pihak yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Amin. Sebagai penutup, penulis berharap semoga Allah SWT. Menjadikan skripsi ini sebagai hasil karya yang dapat bermanfaat bagi diri sendiri khususnya dan orang lain pada umumnya.

Bandung, Januari 2017

ABSTRAK

Implementasi Pembelajaran *Problem Based Learning* (PBL) Terhadap Penguasaan Keterampilan Berenang Gaya Bebas Dan Gaya Dada Pada Siswa Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 18 Bandung. Rony Gumelar NIM: 1206475. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing: Dr. Eka Nugraha, M. Kes. AIFO

Masalah pada penelitian ini ialah penerapan *Problem Based Learning* (PBL) pada pembelajaran penjas tujuan penelitian ini untuk mengetahui sampai sejauh mana implementasi pembelajaran PBL terhadap peningkatan penguasaan keterampilan gerak dasar renang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Desain yang digunakan adalah *Pretest-Posttest Control Group Desain* dengan membagi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Populasi yang diteliti adalah seluruh siswa SMAN 18 Bandung, sampel diambil dengan teknik *Purposive Sampling* sebanyak 32 siswa. Berdasarkan hasil perhitungan dan analisis data pembelajaran PBL telah meningkatkan kemampuan berenang secara bermakna, peningkatan penguasaan keterampilan gerak dasar renang pada kelas kelompok eksperimen lebih baik dari kelas kontrol.

Kata-kata kunci : Keterampilan gerak dasar renang gaya bebas dan gaya dada, pembelajaran *Problem Based Learning*

ABSTRACT

Problem in this research is the implementation of Problem Based Learning in sport education is aimed to determine how far the implementation of Problem Based Learning affects the improvement of mastery of swimming basic motor skill. Experimental method is used in this reseach. The design used for this research was Pretest-Posttest Control Group Design by dividing the students into two groups, the experimental group and the control group. Population studied was 18 Senior High School's students. The sample was obtained by using Purposive Sampling technique, by taking 32 students. Based on the calculation and the data analysis about PBL shows that PBL has improved the swimming ability meaningfully, the improvement of mastery of swimming basic motor skill in experimental group is better than control group.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	
LEMBAR HAK CIPTA.....	
LEMBAR PERNYATAAN	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iii
ABSTRAK.....	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Struktur Organisasi	5

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teoritis	6
1. Konsep Dasar Pembelajaran.....	6
2. Pembelajaran Pendidikan Jasmani	7
3. Model pembelajaran Problem Based Learning (PBL) dan Konvensional.....	9
a. Model Pembelajaran.....	9

b.	Pembelajaran Problem Based Learning (PBL)	10
c.	Pembelajaran Konvensional.....	14
d.	Pembelajaran Aktivitas Aquatik (Renang).....	16
B.	Kerangka Berpikir	19
C.	Hipotesis	20

BAB III METODE PENELITIAN

A.	Metode Penelitian.....	22
B.	Desain Penelitian.....	23
C.	Populasi dan Sampel	27
D.	Waktu dan Tempat Penelitian	29
E.	Instrumen Penelitian.....	29
F.	Prosedur Pengolahan Data	30
G.	Teknik Pengumpulan Data	34
H.	Teknik Analisis Data	34

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A.	Hasil Pengolahan Data	38
a.	Hasil data <i>Pretest</i>	38
1.	Uji Normalitas Data <i>Pretest</i>	39
2.	Uji Homogenitas Data <i>Pretest</i>	41
3.	Uji Perbedaan Rata-Rata Data <i>Pretest</i>	43
b.	Hasil data <i>Posttest</i>	44
1.	Uji Normalitas Data <i>Posttest</i>	45
2.	Uji Homogenitas Data <i>Posttest</i>	47
3.	Uji Perbedaan Rata-Rata Data <i>Posttest</i>	49
c.	Uji Normalitas Data <i>Posttest-Pretest</i>	50
d.	Uji Homogenitas Data <i>Posttest-Pretest</i>	52
e.	Uji Perbedaan Rata-Rata Data <i>Posttest-Pretest</i>	53
B.	Diskusi Penemuan Hasil Penelitian	55

1. Terdapat Pengaruh Pembelajaran Problem Based Learning Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Dan Gaya Dada	55
2. Terdapat Pengaruh Pembelajaran Pendekatan Konvensional Terhadap Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Dan Gaya Dada	57
3. <i>Problem Based Learning</i> Memberikan Pengaruh Yang Lebih Bermakna Dalam Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Dibandingkan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas	58
4. <i>Problem Based Learning</i> Memberikan Pengaruh Yang Lebih Bermakna Dibandingkan Pendekatan Konvensional Dalam Meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Dan Gaya Dada Siswa.....	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	64

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kelebihan Dan Kelemahan (PBL)	14
Tabel 2.2	Kelebihan Dan Kelemahan Konvensional	15
Tabel 2.3	Persamaan Pembelajaran (PBL) Dan Konvensional.....	20
Tabel 4.1	Rubrik Penilaian.....	32
Tabel 5.1	Hasil Data <i>Pretest</i> Perhitungan Nilai Rata-Rata Dan Simpangan Baku Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol Pada Tes Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas.....	38
Tabel 5.2	Hasil Data <i>Pretest</i> Perhitungan Nilai Rata-Rata Dan Simpangan Baku Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol Pada Tes Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada	39
Tabel 5.3	Hasil Data <i>Pretest</i> Uji Normalitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	40
Tabel 5.4	Hasil Data <i>Pretest</i> Uji Normalitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	40
Tabel 5.5	Hasil Data <i>Pretest</i> Uji Homogenitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	42
Tabel 5.6	Hasil Data <i>Pretest</i> Uji Homogenitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	42
Tabel 5.7	Hasil Data <i>Pretest</i> Uji Perbedaan Rata-Rata Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Pada Kelompok Eksperimen	

	Dan Kelompok Kontrol.....	43
Tabel 5.8	Hasil Data <i>Pretest</i> Uji Perbedaan Rata-Rata Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	43
Tabel 6.1	Hasil Data <i>Posttest</i> Perhitungan Nilai Rata-Rata Dan Simpangan Baku Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol Pada Tes Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas.....	44
Tabel 6.2	Hasil Data <i>Posttest</i> Perhitungan Nilai Rata-Rata Dan Simpangan Baku Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol Pada Tes Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada	45
Tabel 6.3	Hasil Data <i>Posttest</i> Uji Normalitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	46
Tabel 6.4	Hasil Data <i>Posttest</i> Uji Normalitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	46
Tabel 6.5	Hasil Data <i>Posttest</i> Uji Homogenitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	48
Tabel 6.6	Hasil Data <i>Posttest</i> Uji Homogenitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	48
Tabel 6.7	Hasil Data <i>Posttest</i> Uji Perbedaan Rata-Rata Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	49
Tabel 6.8	Hasil Data <i>Posttest</i> Uji Perbedaan Rata-Rata Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	49
Tabel 7.1	Hasil Data <i>Posttest-Pretest</i> Uji Normalitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Pada Kelompok Eksperimen	

	Dan Kelompok Kontrol.....	50
Tabel 7.2	Hasil Data <i>Posttest-Pretest</i> Uji Normalitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	51
Tabel 7.3	Hasil Data <i>Posttest-Pretest</i> Uji Homogenitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	52
Tabel 7.4	Hasil Data <i>Posttest-Pretest</i> Uji Homogenitas Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	53
Tabel 7.5	Hasil Data <i>Posttest-Pretest</i> Uji Perbedaan Rata-Rata Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Bebas Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	54
Tabel 7.6	Hasil Data <i>Posttest-Pretest</i> Uji Perbedaan Rata-Rata Data Keterampilan Gerak Dasar Renang Gaya Dada Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Tiga Domain Penjas	8
Gambar 3.1 Pretest-Posttest Desain Control Group Desain.....	24
Gambar 3.2 Alur Penelitian.....	27
Gambar 3.3 Alur Dan Jarak Pengetesan Berenang	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Keputusan Penunjukan Dosen Pembimbing
- Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 3 Surat Telah Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 4 RPP
- Lampiran 5 Nilai Pembelajaran Renang Gaya Bebas Untuk Tingkat Sekolah Menengah Atas
- Lampiran 6 Nilai Pembelajaran Renang Gaya Dada Untuk Tingkat Sekolah Menengah Atas
- Lampiran 7 Hasil Tes Awal Kelompok Eksperimen Data Siswa Dan Hasil Penelitian:
7.a Hasil Tes Awal Kelompok Eksperimen Gaya Bebas
7.b Hasil Tes Awal Kelompok Eksperimen Gaya Dada
- Lampiran 8 Hasil Tes Awal Kelompok Kontrol Data Siswa Dan Hasil Penelitian:
8.a Hasil Tes Awal Kelompok Kontrol Gaya Bebas
8.b Hasil Tes Awal Kelompok Kontrol Gaya Dada
- Lampiran 9 Hasil Uji Normalitas Pretest:
9.a Gaya Bebas Kelas Eksperimen
9.b Gaya Bebas Kelas Kontrol
9.c Gaya Dada Kelas Eksperimen
9.d Gaya Dada Kelas Kontrol

- Lampiran 10 Hasil Homogenitas Pretest:
- 10.a Gaya Bebas
 - 10.b Gaya Dada
- Lampiran 11 Hasil Perbedaan Rata-Rata Pretest:
- 11.a Gaya Bebas
 - 11.b Gaya Dada
- Lampiran 12 Hasil Tes Akhir Kelompok Eksperimen Data Siswa Dan Hasil Penelitian:
- 12.a Hasil Tes Akhir Kelompok Eksperimen Gaya Bebas
 - 12.b Hasil Tes Akhir Kelompok Eksperimen Gaya Dada
- Lampiran 13 Hasil Tes Akhir Kelompok Kontrol Data Siswa Dan Hasil Penelitian:
- 13.a Hasil Tes Akhir Kelompok Kontrol Gaya Bebas
 - 13.b Hasil Tes Akhir Kelompok Kontrol Gaya Dada
- Lampiran 14 Hasil Uji Normalitas Posttest:
- 14.a Gaya Bebas Kelas Eksperimen
 - 14.b Gaya Bebas Kelas Kontrol
 - 14.c Gaya Dada Kelas Eksperimen
 - 14.d Gaya Dada Kelas Kontrol
- Lampiran 15 Hasil Homogenitas Posttest:
- 15.a Gaya Bebas
 - 15.b Gaya Dada
- Lampiran 16 Hasil Perbedaan Rata-Rata Posttest:
- 16.a Gaya Bebas
 - 16.b Gaya Dada
- Lampiran 17 Hasil Data Score Gain Uji Normalitas Posttest-Pretest:
- 17.a Gaya Bebas Kelas Eksperimen
 - 17.b Gaya Bebas Kelas Kontrol
 - 17.c Gaya Dada Kelas Eksperimen
 - 17.d Gaya Dada Kelas Kontrol
- Lampiran 18 Hasil Data Score Gain Uji Homogenitas Posttest-Pretest:
- 18.a Gaya Bebas Kelas Eksperimen-Kontrol
 - 18.b Gaya Dada Kelas Eksperimen-Kontrol
- Lampiran 19 Hasil Data Score Gain Uji Perbedaan Rata-Rata Posttest-Pretest:

19.a Gaya Bebas Kelas Eksperimen-Kontrol

19.b Gaya Dada Kelas Esperimen-Kontrol

Lampiran 20 Lembar Obsevasi Harian

Lampiran 21 Dokumentasi Foto

Lampiran 22 Riwayat Hidup